

طراحی یک مدل علی بر مبنای توجه و حضور کامل ذهن، عدم مقاومت وجودی در

برابر زندگی و اجتماعی بودن با تمرکز بر معناجویی در زندگی

آزاده فرقانی^۱، شکوه نوایی نژاد^۲، عبدالله شفیعی آبادی^۳

دریافت: ۱۳۸۷/۱۱/۱۹ پذیرش: ۱۳۸۸/۳/۶

چکیده

در پژوهش حاضر به منظور بررسی روابط ساختاری متغیرهای توجه و حضور کامل ذهن، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و اجتماعی بودن با یکدیگر و در ارتباط با معناجویی در زندگی (به عنوان مرکز ثقل مدل) ۲۱۶ نفر از زنان مطلقه ۲۰-۴۵ ساله مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران با روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب شده اند. ابزار پژوهش، پرسش نامه محقق ساخته معناجویی در زندگی مبتنی بر توجه و حضور کامل ذهن، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و اجتماعی بودن می باشد.

با تجزیه و تحلیل داده ها و استفاده از نرم افزار AMOS، مدلی براساس ۶ مسیر مستقیم و ۲ مسیر غیرمستقیم با برازش مناسب تدوین شد. در این راستا، توجه و حضور کامل ذهن با عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی، معناجویی در زندگی و اجتماعی بودن، رابطه مستقیم و مثبت و با میانجی گری عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با معناجویی در زندگی رابطه مثبت و غیرمستقیم دارد. عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با معناجویی در زندگی رابطه مثبت و مستقیم و با اجتماعی بودن، رابطه منفی و مستقیم دارد. عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با میانجی گری معناجویی در زندگی با اجتماعی بودن رابطه مثبت و غیرمستقیم دارد و معناجویی در زندگی نیز رابطه مثبت و مستقیمی با اجتماعی بودن دارد.

برازش این مدل در زنان مطلقه می تواند حکایت از تحقق معناجویی در زندگی آن ها به واسطه تأثیراتی که از توجه و حضور کامل ذهن و عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی می پذیرد و تأثیری که بر اجتماعی بودن آن ها می گذارد، داشته باشد و امکان طراحی چارچوب های دقیق تر علمی را برای مداخلات درمانی و آموزشی در این گروه از زنان فراهم کند.

کلیدواژه ها: توجه و حضور کامل ذهن، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی، اجتماعی بودن، معناجویی در زندگی، زنان مطلقه.

azadehfarghadani@yahoo.com

navabinejad@yahoo.com

shafiabadi@yahoo.com

^۱ دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات^۲ استاد گروه مشاوره دانشگاه تربیت معلم^۳ استاد گروه مشاوره دانشگاه علامه طباطبائی

مقدمه و بیان مسأله

فروپاشی، یک رابطه از استرس‌زاترین فقدان‌های بین فردی است که موجب ایجاد مشکلات و نوسان‌های فکری، رفتاری و هیجانی در افراد می‌شود (چانگ^۱، فارمر^۲، گرانت^۳ و همکاران، ۲۰۰۳: ۲۷-۳۶). افزایش طلاق و پیامدهای منفی آن مانند اختلال‌های خلقی، اختلال‌های اضطرابی، سوءمصرف مواد، تغییر در سبک زندگی و خودپنداره، تضعیف عملکرد شغلی، تغییر در روابط اجتماعی و کاهش حمایت اجتماعی، لزوم توجه به گزینه‌هایی را که می‌توان در سازگاری پس از طلاق مدنظر قرار داد، برجسته‌تر می‌کند (توروی^۴ و اولسون^۵، ۲۰۰۶؛ پورتنوی^۶، ۲۰۰۶؛ چاتاو^۷ ویسمن^۸، ۲۰۰۷ به نقل از گارنر^۹، ۲۰۰۸).

در این میان آسیب‌پذیری زنان از پیامدهای اجتماعی طلاق، بیشتر از مردان است (تفتی اخوان، ۱۳۸۲). اما در پژوهش‌ها کمتر به بعد اجتماعی زندگی زنان مطلقه پرداخته شده است. از این‌رو اجتماعی بودن به عنوان نقطه نهایی مدل در پژوهش حاضر مدنظر قرار گرفته است. اجتماعی بودن از دیدگاه جورج کلی^{۱۰}، مبدع رویکرد سازه‌های شخصی^{۱۱}، متفاوت با مفهوم رایج آن است. از نظر او اجتماعی بودن، یعنی فرایندی که در آن به تعبیر و تفسیر عقاید دیگران پرداخته می‌شود و سپس براساس پیش‌بینی که از انتظارات دیگران وجود دارد، در مقابل آن‌ها به ایفای نقش پرداخته می‌شود. افراد در روابط میان فردی به طور فعال درگیر هستند و می‌دانند که بخشی از سیستم سازه^{۱۲}، افراد دیگر هستند. در این دیدگاه، مفهوم نقش اشاره به الگوی رفتاری دارد که در نتیجه آگاهی فرد از سازه‌های کسانی که به آن‌ها تعامل دارند، ناشی می‌شود (فیست و فیست، ۲۰۰۰ به نقل از سیدمحمدی، ۱۳۸۶). به زبان ساده، ما در مورد آن‌چه که در ذهن افراد، درباره ما ممکن است وجود داشته باشد، فرضیه می‌سازیم و برطبق آن‌چه که تصور می‌شود از ما انتظار می‌رود، به ایفای نقش می‌پردازیم و رفتار می‌کنیم. به همین دلیل است که از نظر کلی، میزان درگیری افراد در ایفای نقش‌های خود، می‌تواند سلامت روان آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. نقش‌ها به دو نوع اصلی^{۱۳} و حاشیه‌ای^{۱۴} (فرعی) تقسیم می‌شوند. نقش اصلی افراد، آن‌چه را که هستند و نقش حاشیه‌ای افراد، آن‌چه را که فکر می‌کنند باید از نظر دیگران باشند

1. Chung
2. Farmer
3. Grant
4. Turevey
5. Olson
6. Portnoy
7. Chatav
8. Whisman
9. Garner
10. George Kelly
11. Personal Constructs

12. سازه به معنای روش‌های تعبیر و توجیه کردن رویدادها می‌باشد و برای پیش‌بینی رفتار ما در تعامل‌های اجتماعی به سازه‌ها نیاز است.

13. Main (Central)
14. Peripheral

و یا بنا به مقتضیات خانوادگی، شغلی، اجتماعی و ... باید ایفا کنند، بازنمایی می‌کند. افراد، نقش اصلی - شان را برای توصیف خود به کار می‌برند و این نقش، هویت اصلی آن‌ها را شکل می‌دهد. بنابراین، آسیب زمانی رخ می‌دهد که افراد از روابط نقشی سالم به دور می‌مانند و هویت آن‌ها گم می‌شود. در این شرایط افراد در عین ایفای یک خود اجتماعی و چندجنبه‌ای به تجربه خودهای واقعی و صحیح نمی‌پردازند (کنی^۱، ۱۹۸۹؛ اسپنسر^۲، ۱۹۹۲: ۲۶۷-۲۷۱؛ بات^۳، ۲۰۰۴؛ هامفریز^۴، ۲۰۰۵).

در رویکرد سازه‌های شخصی، نقش‌های افراد در مقام دانشجو، کارمند، دختر خانواده و ...، نقش‌های حاشیه‌ای محسوب می‌شوند. این به آن معنا نیست که این نقش‌های حاشیه‌ای به داخل خود واقعی او کشیده نمی‌شود، اما آن‌چه که برای وجود او اهمیت بیشتری دارد و امکان درک خود را فراهم می‌کند، همان نقش اصلی (آن‌چه که صرف‌نظر از ایفای نقش‌های خانوادگی، شغلی، اجتماعی و ... است) می‌باشد (کلی، ۱۹۶۹ به نقل از بات، ۲۰۰۴).

درنهایت از دیدگاه جورج کلی، فردی اجتماعی است که بتواند در ایفای نقش‌های اجتماعی، آن‌قدر افراط نکند که خود واقعی خود را قربانی خود اجتماعی مورد انتظار خانواده محیط شغلی و روابط اجتماعی کند.

از یک زن مطلقه نیز انتظار می‌رود تا مطابق شرایط و برجسب تازه خود (مطلقه بودن) زندگی کند. مطلقه بودن نیز با توجه به تعاریف ذکر شده از نقش، نقش حاشیه‌ای یک زن محسوب می‌شود و تأکید افراطی بر این نقش، خودواقعی فرد را به عنوان یک «زن»، تحت‌الشعاع خود اجتماعی مورد انتظار جامعه قرار می‌دهد.

جورج کلی برای تبیین میزان درگیری سالم افراد در نقش‌های خود از دو اصطلاح سازمان^۵ و ساختار^۶ استفاده می‌کند. سازمان، هویت و جوهره اصلی فرد را شکل می‌دهد و ساختار نقش‌های فرعی فرد را بازنمایی می‌کند. نمی‌توان از افراد انتظار داشت که به صورت کامل و مطلق، فارغ از نقش‌های مورد انتظار زندگی کنند؛ زیرا آن‌ها ناچار به داشتن هویت‌های مختلف در موقعیت‌های مختلف هستند. این هویت‌های مختلف ساختار را در شخصیت انسان شکل می‌دهد و هویت اصلی فرد، فارغ از موقعیت - هایی که در آن‌ها قرار می‌گیرد، سازمان شخصیت انسان را شکل می‌دهد. اما فرد دارای سلامت روان نباید به گونه‌ای زندگی کند که تفاوت میان آن‌چه که دیگران از او انتظار دارند تا انجام دهد و آن‌چه که خود فرد تمایل به انجام آن دارد، در شخصیت او تنش ایجاد کند (کنی، ۱۹۸۹؛ راسکین^۷، ۲۰۰۲؛ ریتزر؛ به نقل از ثلاثی، ۱۳۷۴).

برخی عقیده دارند که قسمتی از هویت‌یابی زنان از طریق روابط به دست می‌آید. براساس نظریه خود رابطه‌ای، هویت یک زن در گرو توانایی برقراری ارتباط با دیگران است (شارف به نقل از

1. Kenny
2. Spencer
3. Butt
4. Humphreys
5. Organization
6. Structure
7. Raskin

فیروزبخت، ۱۳۸۱) و جامعه‌پذیری دختران براساس تعریف آن‌ها از خود در بافت روابط صورت می‌گیرد. بنابراین خود ارزشی آن‌ها به میزان توانایی زنان در شکل‌دادن و حفظ روابط برمی‌گردد (هیتون^۱، ۱۹۹۹ به نقل از باثوم^۲، ۲۰۰۶).

با توجه به آسیب‌پذیر بودن موقعیت اجتماعی یک زن مطلقه و اهمیت حفظ روابط اجتماعی، آیا می‌توان تصور کرد که او صرفاً طبق انتظاراتی که جامعه از او به عنوان فردی با برچسب طلاق دارد، رفتار نکند و خود واقعی خود را قربانی خود اجتماعی مورد انتظار جامعه نکند؟ به هر حال کاهش مشارکت اجتماعی در میان زنان مطلقه، موجب کاهش احساس شایستگی در آن‌ها شده و انزوای اجتماعی، تهدیدی برای بهزیستی روان‌شناختی یک زن است (کازاک^۳، ۱۹۸۰؛ اورت^۴، ۱۹۹۲؛ کاستین^۵، ۱۹۹۴؛ اریکسون^۶ و سیارلو^۷، ۲۰۰۰). حتی یک فرد مطلقه نیز در موقعیت تازه خود، باز هم خواهان روابط و مشارکت اجتماعی است.

برای ارتباط مؤثر با فرد دیگر باید سازه‌های شخص دیگر (پیش‌فرض‌های او) را دانست. کلی، بازی نقش را پیشنهاد می‌کند. یعنی فرد مطابق آن چه که فکر می‌کند شخص دیگر در حال فکر کردن در مورد آن است، رفتار می‌کند و گویی که خودش را به طور آزمایشی در داخل کفش‌های فرد دیگر می‌گذارد، اما بازی نقش اجتماعی با دیگران به طور لزوم به معنای آن نیست که ما آن را درست انجام می‌دهیم (فرانسل^۸، ۱۹۹۵). بنابراین وقتی از خود واقعی (مبتنی بر نقش و هویت اصلی) صحبت می‌شود، به معنای آن است که افراد در هنگام کنش متقابل، جنبه‌هایی از خود را نمایش ندهند که صرفاً مورد پذیرش و انتظار دیگران است. اما بیشتر افراد تلاش می‌کنند تا با پنهان کردن جنبه‌هایی از خود، تصویری را به نمایش بگذارند که مورد پذیرش دیگران باشد (ریترز به نقل از ثلاثی، ۱۳۷۴) و این مسأله در زن مطلقه نمود بیشتری دارد. اگر او هم بخواهد تا تصویر اجتماعی مورد انتظار جامعه را حفظ کند (تن دادن افراطی به بایدها و نبایدها)، خود واقعی و هویت اصلی خود را خدشه‌دار می‌کند. حال این سؤال پیش می‌آید که آیا متغیرهایی وجود دارد که با اجتماعی بودن، آن‌طور که جورج کلی آن را مطرح می‌کند، رابطه داشته باشند؟ و آیا روابط این متغیرها با یکدیگر و با اجتماعی بودن می‌تواند در نهایت منجر به طراحی مدل شود؟

در پژوهش حاضر برای پاسخ به این سؤال، سه متغیر توجه و حضور کامل ذهن، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و معناجویی در زندگی بررسی خواهند شد.

فرد مطلقه احساس می‌کند در گذشته رها شده و گوشه‌ای از گذشته شده است. او تا زمانی که در گذشته بماند، نمی‌تواند در زمان حال زندگی کند و بر زمان حال تمرکز کند. اگر او تصور کند که

1. Heaton
2. Baum
3. Kazak
4. Everett
5. Chasteen
6. Ericsson
7. Ciarlo
8. Fransella

کنترلی بر مسائل ندارد و به سادگی نمی‌تواند با رگبار هیجان‌ها، افکار و تغییرات پس از طلاق کنار بیاید، خودش را از یک زندگی کامل محروم می‌کند. در این میان، معنای زندگی فرد نیز از هم پاشیده و یا فراموش می‌شود (لورنز^۱، سیمونز^۲ و کائو^۳، ۱۹۹۶؛ لاگران^۴، ۱۹۹۸ به نقل از چانگ و همکاران، ۲۰۰۳: ۲۷-۳۶). بنابراین مدنظر قرار دادن متغیرهای مذکور با توجه به پیامدهای منفی پس از طلاق چندان بی‌راه نیست.

معناجویی در زندگی در پژوهش حاضر به عنوان مرکز ثقل مدل در نظر گرفته شده است. معناجویی در زندگی به عنوان قدرت شدن (رشد)، فعالیت، تمایل و تلاش افراد برای ایجاد یا تکمیل درک آن‌ها از معنا، اهمیت و هدف در زندگی آن‌قدر مهم است که اختلال در آن، آشفتگی روان-شناختی را به همراه دارد. از نظر فرانکل^۵ (۱۹۶۵)، انسان‌ها به واسطه اراده برای یافتن معنا در زندگی که یک انگیزه ذاتی است، برانگیخته می‌شوند و انگیزه و تمایل برای جستجوی معنا در واکنش به رویدادهای آزاردهنده زندگی بیشتر می‌باشد (تامپسون^۶، سوبل - شابین^۷، گراهام^۸ و جانگیان^۹، ۱۹۸۸: ۲۳۹-۲۴۷؛ کنیون^{۱۰}، ۲۰۰۰؛ استگر^{۱۱} و فرایزیر^{۱۲}، ۲۰۰۶: ۸۰-۹۳).

آنچه که به نظر می‌رسد در زمینه معناجویی در زندگی، در زنان مطلقه نقش پررنگ‌تری داشته باشد، مبتنی بر عقیده فرانکل در مورد تفاوت ارزش‌های نگرشی^{۱۳} و ارزش‌های تجربی^{۱۴} است. در ارزش تجربه‌ای، منبعی مانند تجربه داشتن روابط با دیگران و گرفتن تأیید از آن‌ها، به عنوان مهم‌ترین منبع معناجویی در زندگی مورد توجه قرار می‌گیرد و با از دست دادن روابط و تأییدهای اجتماعی، معنای زندگی فرد نیز کاملاً از دست می‌رود. در حالی که اگر فرد به دنبال ارزش نگرشی باشد، از دست دادن روابط، آزاردهنده نخواهد بود و نگرش فرد به او کمک می‌کند تا بر موقعیت کنونی چیره شود و حتی رنج وارد شده را نیز تحمل کند (پروت^{۱۵}، ۲۰۰۳).

از نظر برم^{۱۶} (۱۹۹)، یکی از دلایل سازگاری پایین بعد از فروپاشی یک رابطه، ناتوانی فرد برای درک موقعیت کنونی زندگی و یا نداشتن کنترل بر آن می‌باشد. در این شرایط، پیش‌فرض‌های گذشته

1. Lorenz
2. Simons
3. Chao
4. Lagrand
5. Frankl
6. Thompson
7. Sobolwe-Shubin
8. Graham
9. Janigian
10. Kenyon
1111. Steger
12. Fraizier
13. Attitudal
14. Experimental
15. Parrott
16. Brehm

فرد درباره زندگی مختل می‌شود و خودپنداره او آسیب می‌بیند (کلارک^۱ و کالینز^۲، ۱۹۸۹ به نقل از چانگ و همکاران، ۲۰۰۳: ۲۷-۳۶؛ دنبرو^۳، ۲۰۰۵).

مدل مفهومی حضور معنا در زندگی - جستجوی معنا در زندگی، در زنان مطلقه نمود بیشتری دارد، زیرا براساس این مدل، زمانی که افراد احساس می‌کنند، زندگی آن‌ها معنای کمی دارد یا معنای زندگی خود را از دست می‌دهند، در جستجوی آن می‌باشند (استگر، کاشدان^۴، سولیان^۵ و همکاران، ۲۰۰۸). در ادبیات مربوط به آن نیز معناجویی در زندگی در ارتباط با موقعیت‌های بحرانی مانند کنار آمدن با بیماری‌های بدون علاج، کنار آمدن با مسائلی مانند تجاوز و خشونت، عدم سوءمصرف مواد، عدم خودکشی، نداشتن رفتارهای ضداجتماعی و پایین بودن جرم و جنایت بیشتر مطالعه شده است و این مسأله می‌تواند نشان‌دهنده اهمیت وجود این مفهوم در کنار آمدن با موقعیت‌های خاص‌تر و بحرانی‌تر باشد (رکر^۶، ۱۹۷۷: ۶۸۸-۶۹۳؛ شک^۷، ۱۹۹۴: ۲۱۱-۲۱۸؛ هامرا^۸، شونتز^۹، استونز^{۱۰}، ۱۹۷۸؛ سیلور^{۱۱}، بون^{۱۲}، استونز، ۱۹۸۳؛ نیوکامب^{۱۳} و هارلو^{۱۴}، ۱۹۸۶؛ هارلو، نیوکامب و بنتلر^{۱۵}، ۱۹۸۶ به نقل از ونگ^{۱۶}، در حال چاپ). توجه و حضور کامل ذهن به عنوان دومین متغیر پژوهش که ریشه در بودا دارد، با وارد شدن به پدیدارشناسی، وجودگرایی و انسان‌گرایی جای خود را در روان‌شناسی باز کرده است. این مفهوم را می‌توان به عنوان آگاهی غیرقضوتی و لحظه به لحظه، نسبت به حس‌های بدنی، افکار، احساس‌ها و محیط اطراف خود تعریف کرد (میشرا^{۱۷}، ۲۰۰۰ به نقل از براون^{۱۸}، رایان^{۱۹}، کرسول^{۲۰}، ۲۰۰۷: ۲۱۱-۲۳۷). فرد دارای این ویژگی با برخورداری بودن از آگاهی و توجه بیشتر و امکان روبه‌رو شدن با واقعیت از تفکرات اتوماتیک و عادت‌وار غلط رها شده و می‌تواند پاسخ‌های انعطاف‌پذیرتری در روبه‌رو شدن با واقعیت داشته باشد، زیرا ذهن این فرد با تمرکز بر زمان حال و واقعیت‌های کنونی زمان حال می‌تواند پذیرای شرایط کنونی باشد و از افکار، احساس‌ها و حس‌های بدنی که در حال تجربه آن‌ها

1. Clark
2. Collins
3. Denborough
4. Kashdan
5. Sullivan
6. Reker
7. Shek
8. Hamera
9. Shontz
10. Stones
11. Silver
12. Boon
13. Newcomb
14. Harlow
15. Bentler
16. Wong
17. Mishra
18. Brown
19. Rayan
20. Creswell

است، اجتناب نکند، در این صورت می‌تواند حالت‌های هیجانی ناخوشایند را نیز بیشتر بپذیرد و واکنش دفاعی یا تکانشی در برابر تجربه آزاردهنده نداشته باشد (بورکوک^۱، ۲۰۰۲: ۷۶-۸۰؛ براون و رایان، ۲۰۰۳: ۸۲۲-۸۴۸؛ رایان، ۲۰۰۵ به نقل از براون و همکاران، ۲۰۰۷: ۲۱۱-۲۳۷).

بنابراین توجه و حضور کامل ذهن می‌تواند پیش‌بینی‌کننده کاهش پاسخ‌های هیجانی آشفته، حالت‌های هیجانی مثبت‌تر و پاسخ‌های انعطاف‌پذیرتر و سازگارانه‌تر به رویدادها باشد (براون و رایان، ۲۰۰۳: ۸۲۲-۸۴۸؛ دسی^۲ و رایان، ۲۰۰۴ به نقل از براون و همکاران، ۲۰۰۷: ۲۱۱-۲۳۷). عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی نیز به عنوان آخرین متغیر پژوهش، میزانی را که افراد در حال تجربه کردن همه لحظات زندگی خود هستند، نشان می‌دهد. وقتی افراد می‌توانند لحظه به لحظه زندگی خود را تجربه کنند و به کارشکنی در مورد خود، انکار توانایی‌ها و یا امکانات بالقوه خود نپردازند؛ یعنی آن‌که مقاومت وجودی در برابر زندگی ندارند، این افراد، به زندگی متعهد هستند، و آن را با تمام مشکلات و کاستی‌های خود می‌پذیرند. در این شرایط از مکانیزم‌های ناسالم کنترل، اجتناب و دوسوگرایی استفاده نمی‌شود. از خصوصیات این افراد می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: آگاهی و پذیرفتن نیازهای هیجانی، خطرپذیری، انعطاف‌پذیری، روبه‌رو شدن با رویدادهای غیرمنتظره، تعادل میان عقل و احساس، عدم درگیری ذهنی با آن‌چه که می‌خواستند و آن‌چه که نیست، پذیرفتن واقعیت، پذیرش هیجان‌های منفی و رابطه سالم با خود، دیگران و خدا (کبک^۳ و اسکیری^۴، ۱۹۸۹؛ مین^۵، ۱۹۹۰؛ کندی^۶، ۱۹۹۹ به نقل از هارتمن^۷ و زیمبروف^۸، ۲۰۰۴: ۳-۶۳).

بنابراین بررسی این مسأله به عنوان هدف پژوهش، جالب به نظر می‌رسد که آیا متغیرهای توجه و حضور کامل ذهن (آگاهی غیرقضاوتی و لحظه به لحظه، نسبت به حس‌های بدنی، افکار، احساس‌ها و محیط اطراف خود) عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی (عدم انکار یا اجتناب از فرصت‌ها، توانایی‌ها و امکانات بالقوه خود) و معناجویی در زندگی (حفظ انگیزه‌ای درونی برای یافتن و یا کامل کردن معنای زندگی در موقعیت کنونی) می‌توانند با اجتماعی بودن یک زن مطلقه، براساس نقش اصلی خود که هویت او را به عنوان یک زن، صرف‌نظر از مطلقه بودن شکل می‌دهد، رابطه معناداری داشته باشند؟ و اگر معناجویی در زندگی به عنوان مرکز ثقل برای روابط چهار متغیر مذکور در نظر گرفته شود، می‌توان چارچوبی را بر این اساس در گروه نمونه زنان مطلقه تدوین کرد؟

نگاهی به پیشینه نظری و تجربی پژوهش مبین آن است که پژوهشی براساس چهار متغیر مدنظر در قالب یک مدل ساختاری صورت نگرفته است. این در حالی است که ضرورت طراحی مدلهایی برای تبیین روابط نظری مفاهیمی که مرتبط با پیامدهای بعد از طلاق است، احساس می‌شود. مدل معادل

1. Borkovec
2. Deci
3. Kobak
4. Sceery
5. Main
6. Kennedy
7. Hartman
8. Zimberoff

ساختاری به علت فراهم کردن امکان آزمودن چارچوب نظری و پیشنهادی پژوهشگر می‌تواند چارچوب مناسبی برای طراحی یک مدل باشد. در این صورت، گام بعدی پژوهشگران برای طراحی مداخلات درمانی و آموزشی در این گروه از زنان با قرار گرفتن بر یک مبنای نظری تأیید شده دقیق‌تر و علمی‌تر خواهد بود، اگرچه در طول زمان نیازمند تصحیح خواهد بود. سؤال‌های پژوهش عبارت‌اند از:

۱- آیا بین توجه و حضور کامل ذهن و عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی رابطه معناداری وجود دارد؟

- ۲- آیا بین توجه و حضور کامل ذهن و معناجویی در زندگی رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۳- آیا بین عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و معناجویی در زندگی رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۴- آیا بین عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و اجتماعی بودن رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۵- آیا بین توجه و حضور کامل ذهن و اجتماعی بودن رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۶- آیا بین معناجویی در زندگی و اجتماعی بودن رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۷- آیا بین توجه و حضور کامل ذهن با میانجی‌گری عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با معناجویی در زندگی رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۸- آیا بین عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با میانجی‌گری معناجویی در زندگی با اجتماعی بودن رابطه معناداری وجود دارد؟

روش

روش این پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی می‌باشد.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این تحقیق عبارت است از زنان مطلقه مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر تهران که مجوز از سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره جمهوری اسلامی ایران دارند. نمونه پژوهش نیز شامل ۲۱۶ نفر از زنان مطلقه ۲۰-۴۵ ساله‌ای می‌باشد که از حداقل سواد سیکل برخوردار بوده، حداکثر چهار سال از طلاق آن‌ها گذشته است و به مراکز مشاوره مراجعه کرده‌اند. برای انتخاب آزمودنی‌ها از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی استفاده شده است. به این منظور، ابتدا فهرست مراکزی که دارای مجوز از سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره جمهوری اسلامی ایران می‌باشند، تهیه شد. سپس از بین مراکز، ۲۶ مرکز به صورت تصادفی انتخاب شدند. حجم نمونه براساس فرمول $n = \frac{S^2 \cdot Z^2}{d^2}$ ، $n = 231$ نفر تعیین شد که در فرمول مذکور، $S^2 = 870/25$ ، $Z^2 = 2/08$ و $d^2 = 5$ می‌باشد. d درصد خطا است و معمولاً بین ۰/۰۱ تا ۰/۰۵ در نظر گرفته می‌شود که در پژوهش حاضر، $d = 5$ ، معادل ۳ درصد حداکثر نمره فرد از آزمون می‌باشد. از هر مرکز به طور تصادفی، ۹ نفر انتخاب شدند که پس از کنار گذاشتن ۳ نفر از ۲۳۴ نفر، ۲۳۱ پرسشنامه بررسی شد. ۱۵ پرسشنامه بسیار ناقص پر شده بود و از جریان تحقیق خارج شد و

درنهایت، تحلیل داده‌ها برای برازش مدل بر روی همان ۲۱۶ نفر صورت گرفت. علاوه بر این کلاین^۱ (۱۹۹۸) اظهار می‌کند که ۲۰ برابر تعداد مؤلفه‌ها، می‌تواند حجم ایدئالی را فراهم کند و ۵ برابر یا کمتر، برای آزمون معناداری تأثیرات مدل کفایت نمی‌کند. براساس پیشنهاد بنتر^۲، چو^۳ (۱۹۸۷) و استیونز^۴ (۱۹۹۶)، ۱۵ نفر برای هر متغیر کافی می‌باشد. واهلون^۵ (۱۹۹۲) نیز اظهار می‌کند که برای دو تا چهار متغیر، ۱۰۰ نفر تا ۲۰۰ نفر باید گردآوری شوند. یعنی حداقل حجم نمونه لازم برای یک متغیر در طراحی مدل، ۵۰ نفر است.

ابزار

به منظور انجام پژوهش حاضر از پرسش‌نامه محقق ساخته ۵۹ سؤالی معناجویی در زندگی (براساس رویکرد وجودی) توجه و حضور کامل ذهن (براساس رویکرد پدیدارشناسی)، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی (براساس رویکرد وجودی) و اجتماعی بودن (براساس رویکرد سازه‌های شخصی کلی)، استفاده شده است. روایی صوری و محتوایی پرسش‌نامه به وسیله اساتید بررسی و تأیید شده است. پایایی این ابزار براساس آلفای کرونباخ ۰/۹۶ گزارش شده است. به منظور تعیین روایی سازه از تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی و چرخش متعامد (واریماکس) استفاده شده است. پایایی چهار عامل استخراج شده، یعنی معناجویی در زندگی، توجه و حضور کامل ذهن، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و اجتماعی بودن به ترتیب عبارت‌اند از ۰/۹۸، ۰/۹۷، ۰/۹۸ و ۰/۹۹.

روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در پژوهش حاضر پس از اجرای پرسشنامه و جمع‌آوری داده‌ها، امکان تحلیل مسیر و تدارک مدل میسر شد. برای طراحی مدل و آزمون برازش آن از نرم‌افزار AMOS (نسخه ششم) استفاده شد. از مجموع آماره‌های برازش، چهار شاخص GFI، AGFI، RMSEA و خی‌دو از اهمیت بیشتری برخوردار هستند که نتایج آن‌ها گزارش شده است.

یافته‌ها

نتایج این پژوهش در دو سطح توصیفی و استنباطی ارائه شده است که در قالب دو جدول و مدل تأیید شده پژوهش ارائه شده‌اند.

1. Kline
2. Benter
3. Chau
4. Stevens
5. Wahlund

جدول ۱: شاخصه‌های آماری توصیفی متغیرهای برونزاد و درونزاد

متغیر شاخص	اجتماعی بودن	معاجویی در زندگی	عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی	توجه و حضور کامل ذهن
میانگین	۵۲/۷۹	۴۰/۷۳	۲۱/۹۲	۱۸/۹۸
انحراف استاندارد	۲۴/۵۵۴	۱۴/۷۸۹	۸/۷۹۳	۹/۳۷۴

براساس جدول فوق، اجتماعی بودن، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و توجه و حضور کامل ذهن، متغیرهای برونزاد و معاجویی در زندگی متغیر درونزاد است. میانگین متغیر اجتماعی بودن ۵۲/۷۹ و انحراف استاندارد آن ۲۴/۵۵۴ است. معاجویی در زندگی دارای میانگین ۴۰/۷۳ و انحراف استاندارد ۱۴/۷۸۹ می‌باشد. همچنین میانگین و انحراف استاندارد عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی به ترتیب عبارت‌اند از ۲۱/۹۲ و ۸/۷۹۳ و میانگین و انحراف استاندارد آخرین متغیر، یعنی توجه و حضور کامل ذهن به ترتیب عبارت‌اند از ۱۸/۹۸ و ۹/۳۷۴.

جدول ۲: ماتریس همبستگی متغیرها

متغیر	توجه و حضور کامل ذهن	عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی	معاجویی در زندگی	اجتماعی بودن
توجه و حضور کامل ذهن	۱			
عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی	۰/۷۱۱**	۱		
معاجویی در زندگی	۰/۶۴۲**	۰/۸۳۰**	۱	
اجتماعی بودن	۰/۹۴۷**	۰/۶۳۶**	۰/۷۳۹**	۱

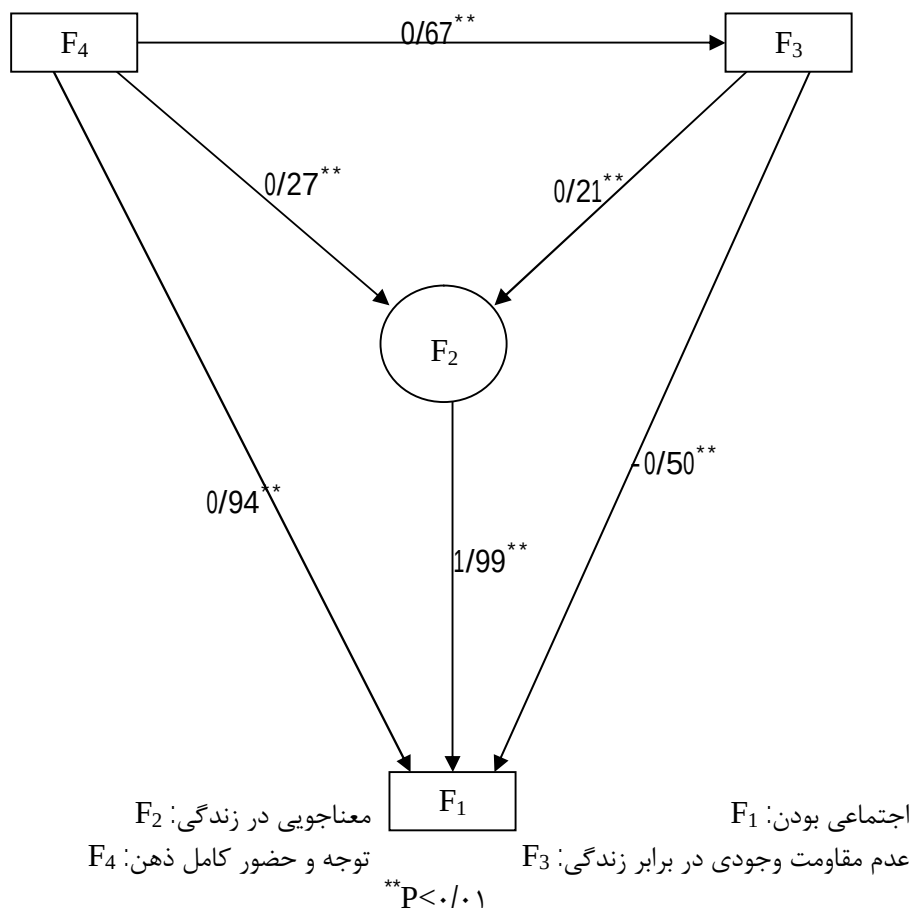
$P < ۰/۰۱^{**}$

قوی‌ترین ضرایب همبستگی در این ماتریس به ترتیب بین توجه و حضور کامل ذهن با اجتماعی بودن به میزان ۰/۹۴۷، متغیر عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با معاجویی در زندگی به میزان ۰/۸۳۰، متغیر معاجویی در زندگی و اجتماعی بودن با میزان ۰/۷۳۹، متغیر توجه و حضور کامل ذهن و عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با میزان ۰/۷۱۱، متغیر توجه و حضور کامل ذهن با معاجویی در زندگی با میزان ۰/۶۴۲، متغیر عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با اجتماعی بودن با میزان ۰/۶۳۶ به دست آمده است.

براساس معادلات پیش‌بینی متغیرها در مدل نهایی، ۹۷/۷ درصد واریانس اجتماعی بودن به وسیله توجه و حضور کامل ذهن، معاجویی در زندگی و عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی تبیین می‌شود. ۶۹/۲ درصد واریانس معاجویی در زندگی نیز به وسیله عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و توجه و

حضور کامل ذهن، تبیین و ۵۰/۴ درصد واریانس عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی نیز به وسیله توجه و حضور کامل ذهن تبیین می‌شود. براساس تحلیل رگرسیون مرحله‌ای گام به گام، قوی‌ترین پیش-بینی‌کننده اجتماعی بودن، توجه و حضور کامل ذهن است ($P < ۰/۰۱$ ، $t = ۶۲/۲۶۹$ ، $B = ۰/۹۳۷$). این متغیر ۰/۹۳۱ درصد واریانس اجتماعی بودن را به طور معناداری تبیین می‌کند ($P < ۰/۰۱$ ، $F = ۱۸۵۸/۲۲۲$ ، $R^2 = ۰/۹۳۱$) پس از آن، معناجویی در زندگی می‌باشد ($P < ۰/۰۱$ ، $t = ۲۶/۶۲۸$ ، $B = ۰/۵۰۴$) که این متغیر ۰/۵۴۸ درصد واریانس اجتماعی بودن را به طور معناداری تبیین می‌کند. ($P < ۰/۰۱$ ، $F = ۱۲۹۷/۱۴۵$ ، $R^2 = ۰/۵۴۸$) سومین متغیر وارد شده به تحلیل، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی می‌باشد ($P < ۰/۰۱$ ، $t = ۲۲/۰۱۱$ و $B = -۰/۴۴۸$). این متغیر ۰/۴۷۵ درصد واریانس اجتماعی بودن را تبیین می‌کند ($P < ۰/۰۱$ ، $F = ۲۹۸۹/۱۸۶$ ، $R^2 = -۰/۴۷۵$).

آزمون‌های برازندگی مدل حکایت از معنادار نشدن خی دو دارد. شاخص نسبت خی دو به درجات آزادی در این پژوهش ۱/۴۷۴ است که حکایت از برازش مدل دارد. شاخص‌های GFI و AGFI نیز به ترتیب ۰/۹۹۵، ۰/۹۵۹ می‌باشند که برازش مدل را نشان می‌دهد. RMSEA نیز ۰/۴۷ گزارش شده است که نشان از برازش مدل دارد.



مدل تأیید شده پژوهش

تجزیه و تحلیل مسیرهای مدل نشان‌دهنده اطلاعات زیر است. در مدل پژوهشی حاضر، شش مسیر مستقیم و دو مسیر غیرمستقیم وجود دارد. توجه و حضور کامل ذهن به صورت مثبت و مستقیم با عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی رابطه معناداری دارد ($B=0/711$ ، $t=14/840$ ، $P<0/01$)، $B=0/667$ مقدار برآورد). این متغیر با معناجویی در زندگی ($B=0/105$ ، $t=1/891$ ، $P<0/05$)، $B=0/27$ مقدار برآورد) و اجتماعی بودن ($B=0/947$ ، $t=64/033$ ، $P<0/01$)، $B=0/94$ مقدار برآورد) رابطه مثبت و مستقیمی دارد. همچنین توجه و حضور کامل ذهن با میانجیگری عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با معناجویی در زندگی، رابطه مثبت و غیرمستقیم دارد ($B=0/537$ ، $t=9/33$ ، $P<0/05$)، $B=0/14$ مقدار برآورد). عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی به صورت مثبت و مستقیم با معناجویی در زندگی رابطه معناداری دارد ($B=0/756$ ، $t=13/179$ ، $P<0/01$)، $B=0/21$ مقدار برآورد). این متغیر با اجتماعی بودن

نیز دارای رابطه منفی و مستقیم است ($P < 0/01$ ، $t = -21/652$ ، $B = -0/472$ ، $\Delta = -0/50$ مقدار برآورد) و با میانجی‌گری معناجویی در زندگی با اجتماعی بودن نیز دارای رابطه مثبت و غیرمستقیم می‌باشد ($P < 0/01$ ، $t = 18/2$ ، $B = 0/395$ ، $\Delta = 0/42$ مقدار برآورد). معناجویی در زندگی نیز رابطه مثبت و مستقیمی با اجتماعی بودن دارد ($P < 0/01$ ، $t = 23/269$ ، $B = 0/523$ ، $\Delta = 1/987$ مقدار برآورد). شایان ذکر است که مقدار برآوردهای گزارش شده در بالا توسط نرم‌افزار در مدل گرد شده است و خود مدل آن را به صورت گرد شده گزارش داده است. تأثیر کلی توجه و حضور کامل ذهن بر معناجویی در زندگی $0/642$ ، عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی بر معناجویی در زندگی $0/756$ و معناجویی در زندگی بر اجتماعی بودن $0/523$ است.

نتیجه‌گیری

در پاسخ به سؤال‌های پژوهشی، ۶ مسیر مستقیم و ۲ مسیر غیرمستقیم براساس روابط میان متغیرهای پژوهش مشخص و امکان طراحی مدل فراهم شد. رابطه مستقیم و مثبت توجه و حضور کامل ذهن با عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی، نشان‌دهنده افزایش عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با افزایش توجه و حضور کامل ذهن است.

در این راستا، زنان مطلقه پژوهش حاضر توانسته‌اند با زندگی در زمان حال و با وجود ناکامی‌های ناشی از طلاق به امکانات بالقوه فعلی خود تمرکز کرده و فرصت‌ها و توانایی‌های خود را انکار نکنند. براساس پژوهش رایان، ۲۰۰۵؛ نیمیک^۱، براون، رایان، ۲۰۰۶ به نقل از براون و همکاران، ۲۰۰۷: ۲۱۱-۲۳۷، نیز، حضور کامل در لحظه حال، نگرش تازه و غیرقضوتی را ایجاد کرده و گستره انتخاب‌ها و تصمیم‌های فرد را وسیع‌تر می‌کند. رابطه مثبت و مستقیم توجه و حضور کامل ذهن با معناجویی در زندگی به معنای افزایش انگیزه فرد برای جستجوی معنای زندگی، پس از بحران پیش آمده با افزایش زندگی در زمان حال می‌باشد.

بنابراین با رها شدن از پیشایندها و پسایندهای تجربه طلاق، فرایند رشد معنای زندگی براساس واقعیت کنونی تسهیل می‌شود. از نظر تارت^۲، ۱۹۹۴؛ مک اینتوش^۳، ۱۹۹۷؛ ایفرت^۴ و هففر^۵، ۲۰۰۳ به نقل از براون و همکاران، ۲۰۰۷: ۲۱۱-۲۳۷؛ براون و رایان، ۲۰۰۳: ۸۲۲-۸۴۸؛ کارلسون^۶ و براون، ۲۰۰۵: ۲۹-۳۳، توجه و حضور کامل ذهن شرایط پذیرایی را فراهم می‌کند که فرد با چالش‌های زندگی دست و پنجه نرم کرده و با ایجاد هیجان‌های مثبت که صرفاً وابسته به شرایط پیش آمده نیست و درونی می‌باشد، شرایط سرزندگی و رضایت بیشتر از زندگی را فراهم می‌کند.

1. Niemiec
2. Tart
3. Mc Intosh
4. Eifert
5. Heffner
6. Carlson

براساس پژوهش‌های ایفرت و هفتر، ۲۰۰۳ به نقل از براون و همکاران، ۲۰۰۷: ۲۳۷-۲۱۱، آگاهی لحظه به لحظه در زمان حال می‌تواند تحمل افراد را در برابر وقایع ناخوشایند افزایش دهد. رابطه غیرمستقیم و مثبت بین توجه و حضور کامل ذهن به واسطه عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با معنایی در زندگی می‌تواند نشان‌دهنده توانایی افراد مطلقه برای اتخاذ یک رویکرد متفاوت در برابر مشکل باشد. رها شدن از گذشته می‌تواند از مقاومت فرد برای قبول واقعیت‌ها پیشگیری کرده و گشوده بودن در برابر تجربه پیش‌آمده را تسهیل کند.

براساس پژوهش براون و رایان، ۲۰۰۳؛ بائر^۱، اسمیت^۲ و آلن^۳ به نقل از براون و همکاران، ۲۰۰۷: ۲۳۷-۲۱۱، توجه و حضور کامل ذهن می‌تواند با ترمیم حالت‌های خلقی ناخوشایند فرد را در مواجهه با مشکل و کاهش شدت آشفتگی یاری کند. رابطه مستقیم و مثبت عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با معنایی در زندگی نشان‌دهنده توانایی افراد مطلقه در کاهش رنج خود و روبه‌رو شدن با واقعیت با کمک زندگی لحظه به لحظه در زمان حال می‌باشد.

از دیدگاه اکمن^۴، دیویدسون^۵، ریچارد^۶ و همکاران، ۲۰۰۵: ۵۹-۶۳، زمانی که افراد چیزی را که می‌خواسته‌اند، به دست نیاورده‌اند و می‌خواهند آن‌چه را که دوست ندارند، از بین ببرند، رنج زیادی را متحمل می‌شوند. به نظر می‌رسد که رها شدن از شرایط گذشته می‌تواند با ایجاد انگیزه مجدد جستجوی معنای زندگی رنج آن‌ها را کاهش دهد. رابطه مثبت و مستقیم توجه و حضور کامل با اجتماعی بودن می‌تواند نشان‌دهنده افزایش اجتماعی بودن زنان مطلقه با افزایش آگاهی آن‌ها از افکار، احساس‌ها و محیط اطراف خود باشد. در این صورت درک عمیق‌تری از خود خواهند داشت و برآورده کردن انتظارات جامعه و یا طرد شدن در صورت برآورده نکردن انتظارات جامعه به عنوان یک زن مطلقه، تهدیدکننده نخواهد بود و هویت آن‌ها حفظ خواهد شد.

از دیدگاه لئاری^۷، ۲۰۰۴؛ تیلر^۸ و همکاران، ۲۰۰۳ به نقل از براون و همکاران، ۲۰۰۷: ۲۳۷-۲۱۱ و بارنز^۹، براون، کروزمارک^{۱۰} و همکاران، ۲۰۰۷: ۴۸۲-۵۰۰، توجه و حضور کامل ذهن با فرایندهای تقویت خود در بافت اجتماعی و افزایش توانایی افراد برای دادن پاسخ‌های مناسب به برخوردها و روابط اجتماعی ناخوشایند، رابطه دارد. رابطه مثبت و مستقیم معنایی در زندگی و اجتماعی بودن، نشان‌دهنده افزایش اجتماعی بودن زنان مطلقه با افزایش انگیزه جستجوی معنا برای زندگی کنونی خود می‌باشد. این به آن معناست که در این گروه از افراد، داشتن روابط اجتماعی تنها منبع جستجوی معنا

1. Baer
2. Smith
3. Alen
4. Ekman
5. Davidson
6. Richard
7. Leary
8. Taylor
9. Barnes
10. Krusemark

در زندگی نبوده است که با خدشه‌دار شدن آن به واسطه مطلقه بودن آنها، معنای زندگی نیز کاملاً از دست برود. در این صورت نقش منفعلی در پاسخ به شرایط کنونی زندگی خود ندارند. از نظر جورج کلی، خودپنداره فرد زمانی آسیب می‌بیند که فرد نتواند در جامعه، روابط مبتنی بر خود واقعی‌اش را برقرار کند (کلی، ۱۹۸۹). پس انگیزه جستجوی معنا در زندگی، در زنان مطلقه، آن-قدر قوی بوده است که آن‌ها بتوانند فارغ از فشار انتظارات جامعه از یک زن مطلقه، براساس نقش اصلی خود (آن‌چه که هستند و نه آن‌چه که باید باشند) در بافت روابط اجتماعی وارد شوند. از نظر زیکا^۱ و چمبرلین^۲، ۱۹۹۲: ۱۳۳-۱۴۵، نیز معنای زندگی رابطه مثبت و معناداری با اجتماعی بودن دارد و رابطه منفی و مستقیم عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی با اجتماعی بودن می‌تواند به این معنا باشد که حتی نداشتن مقاومت وجودی در برابر ناکامی‌های زندگی نمی‌تواند نقش اجتماعی زنان مطلقه را پررنگ کند و آن‌ها نمی‌توانند خود واقعی خود را بروز دهند. اما زمانی که معناجویی در زندگی به عنوان متغیر میانجی در کنار عدم مقاومت وجودی در برابر زندگی و اجتماعی بودن قرار می‌گیرد، نتیجه تغییر می‌کند؛ یعنی آن‌که یک زن مطلقه حتی اگر به انکار توانایی‌ها و امکانات بالقوه خود هم نپردازد، تنها در صورت داشتن انگیزه جستجو برای معنای زندگی و شرایط پیش آمده به عنوان یکی از متغیرهای احتمالی می‌تواند هویت اصلی خود را حفظ کرده و اجتماعی بودن مدنظر جورج کلی را که نگاهی متفاوت به مقوله اجتماعی بودن دارد، تحقق بخشد. درنهایت آن-چه که در مدل پژوهشی حاضر حاصل شده است، به نظر می‌رسد نشان از توانایی زنان مطلقه برای رها شدن و عبور از پیامدهای منفی طلاق در ابعاد مذکور پژوهش داشته باشد. طراحی مدل‌هایی در آینده چه در قالب نظری و چه تجربی می‌تواند چارچوب‌های مؤثرتری را برای مطالعه و مداخلات آموزشی و درمانی در زمینه طلاق فراهم کند و در پژوهش‌های آتی، در نظر گرفتن متغیرهایی که در شدت پیامدهای بعد از طلاق مؤثر هستند، بر دقت پژوهش‌ها خواهد افزود.

منابع

- تفتی اخوان، مهناز (۱۳۸۲) «پیامدهای طلاق در گذر از مراحل آن»، *مطالعات زنان*، جدید یک، موضوع سه، صص ۱۲۵-۱۵۲.
- ریتزر، جورج (۱۳۷۴) *نظریه جامعه‌شناسی در دوران معاصر*، ترجمه: محسن ثلاثی، تهران: انتشارات علمی.
- فیست، جس و جی گریگوری (۲۰۰۲) *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه: سید محمدی، یحیی، تهران، انتشارات روان، (۱۳۸۶)
- شارف، ریچارداس (۱۳۸۱) *نظریه‌های روان درمانی و مشاوره*، ترجمه: مهرداد فیروزبخت، تهران، مؤسسه خدمات فرهنگی رسا.

1. Zika
2. Chamberlain

- Barnes, Sean & Kirk, Brown & Elizabeth, Krusemark & W. Keith, Campbell, Ronald D. Rogge (2007) "The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress", *Journal Of Marital & Family Therapy*: Vol. 33, No. 4, PP: 482-500.
- Baum, Nehami (2006) "Separation guilt in women who initiate divorce. Clinical Social Work", *Journal Springer Science*.
- Benter, P. M & C. P, Chou (1987) "Practical issues in structural modeling. *Sociological Methods And Research*", Vol. 16, No. 1, PP: 78-117.
- Borkovec, T. D. (2002) "Life in the future versus life in the Present. *Clinical Psychology: Science And Practice*", Vol. 9, PP: 76-80.
- Brown, Kirk Warren & Richard, Ryan (2003) "The benefits of being present mindfulness and it's role in psychological well-being", *Journal Of Personality And Social Psychology*, Vol. 84, No. 4, PP: 822-848.
- Brown, Kirk Warren & Richard M. Ryan & J. David, Creswell (2007) "Target article mindfulness: Theoretical foundations and evidence for it's salutary effects", *Psychological Inquiry*. Lawrence Erlbaum Associates, Vol. 18, No. 4, PP: 211-237.
- Butt, Trever (2004) Core role structure. The Internet Encyclopedia of personal construct psychology. www.pcp.net.org.
- Carlson, L. E. & K. W. Brown (2005) "Validation of the mindful attention awareness scale in a cancer population". *Journal Of Psychosomatic Research*, Vol. 58, PP: 29-33.
- Chasteen, A. (1994) "The world around me": The Environment And Single Women. *Sex Roles*. Vol. 31, PP: 309-328.
- Chaung, Chung & Steven, Farmer & Karen, Grant et al (2003) "Coping with post-traumatic stress symptoms following relationship dissolution", *Stress And Health*, Vol. 19, PP: 27-36.
- Denborough, David (2005) Trauma, meaning. Witnessing Action. An Interview With Keath Weingarten. The International of Narrative Therapy Community Work. www.dulwichcentre.com.
- Ekman, P. & R. J. Davidson & M. Ricard & B.A. Wallance (2005) Buddhist and psychological perspectives on emotions and well-being. *Current Directions In Psychological Science*, Vol. 14, PP: 59-63.

- Ericsson, Natalies Sachs & Jumes A. Ciarlo (2000) "Gender, social roles and mental health: An epidemiological perspective", *Journal of Research: Sex Roles*.
- Everett, Craig A. (1992) *The consequences of divorce economic and custodial impact on children and adults*. Haworth Press.
- Fransella, Fay (1995) George Kelly. Sage Publishers.
- Garner, Christopher. N. (2008) The reality of divorce: A study of the effects of divorce on parents and their children. Liberty University. Fortified Marriage Ministry. www.fortifiemarriages.com.
- Hartman, David & Diane, Zimberoff (2004) Existential resistance to life: Ambivalence, avoidance & control, *Journal Of Heart-Centered Therapies*, Vol. 7, No .1, PP: 3-63.
- Hompheys, Carol, Lee (2005) *An alternative lens for a case of dissociative identity*: Expriential personal construct psychology thesis. Miami University.
- Kazak Anne E. (1980) Life satisfaction and perceived role competence in single parent divorced women. Education Resources Information Center.
- Kenny, Vincent (1989) Anticipating autopoiesis personal construct psychology and self - organising systems. www.oikos.org.
- Kenyon, G. M. (2000) Philosophical foundation of existential meaning In G. T. Reker & K. Chamberlain (Eds.) *Exploring Existential Meaning: Oprimizing Human Development Across The Life Span*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Kline, Rex B. (1998) *Principles and practice of structural equation modeling*. NY. Guilford Press. A Very Readable Introduction to the subject with Good Coverage of Assumptions And SEM'S Relation To Underlying Regression, Factor And Other Techniques.
- Leary. M. R. (2004) *The curse of the self-awareness, Egotism, And The Quality of Human Life*. NY: Oxford University Press.
- Parrott, Less (2003) *Psychotherapy and counseling*. Second Edition.
- Raskin, Gonathan, D. (2002) Constructivism in psychology: Personal construct psychology radical constructivism & social consturctionism *American Communication Journal*. Vol. 5, No. 3.

Reker, G.T. (1977) The purpose - in - life test in an inmate population: An empirical investigation. *Journal Of Clinical Psychology*, Vol. 33, No. 3, PP: 688-693.

Reker, G.T (2000) *Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning*. In G.T. Reker & K. Chamberlain (Eds), *Exploring Existential Meaning: Optimizing Human Development Across The Life Span* (pp: 39-58). Thousand Oaks. CA: Sage Publication.

Shek, D. T. L., Ma, H. K & P. C. Cheung (1994) Meaning in life and adolescent antisocial and prosocial behavior In A Chinese Context. *Psychologia*, Vol. 37, PP: 211-218.

Spencer, A MC Williams (2000) Construing contemplation challenges to a constructivist theory. *Psychosocial – Verlag*, PP: 267-271.

Steger, Michael F. & Patricia, Fraizier (2006) The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal Of Counseling Psychology*, American Psychological Association, Vol. 53, No. 1, PP: 80-93.

Steger, Michael, F. & Todd, B. Kashdan. & Brandon, Sullivan. & Daniell, Lorente (2008) Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality, Blackwell Publishing*, Vol. 76, No.2.

Stevens, J. (1996) *Applied multivariate statistics for the social science*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Publishers.

Thompson, SC. & A. Sobolew-Shubin. & M, A. Graham. & A, S. Janigian (1989) Psychosocial adjustment following a stroke. *SOC SCi med*, Vol. 28, PP: 239-247.

Wahlund, R (1992) Tax changes and economic behavior: The case of tax evasion. *Journal of Economic Psychology*, Vol. 73, PP: 657-677.

Wong & P.S. Fry. (in press) Meaning in life: Theory and research *Handbook Of Personal Meaning: Theory Research And Application*.

Zika, S. & K. Chamberlain (1992) On the relationship between meaning in life and psychological well-being. *British Journal Of Psychology*, Vol. 83, PP: 133-145.